

# 一口气吃4只螃蟹,导致胆囊被切除

医生:一餐食用最好不要超过两只

杭州女孩小慧一次吃了4只螃蟹,没想到,胆囊竟被切除。



## 1 一口气吃4只螃蟹,腹痛进医院

3个月前,杭州25岁的女孩小慧在单位体检时发现了胆囊结石,觉得没有什么症状,没有引起重视。

近日,小慧的父母想着好好犒劳一下宝贝女儿,一大早小慧

爸爸就去菜市场挑选了一打活蹦乱跳的大螃蟹晚上清蒸。剥着蟹脚,吸着蟹黄,小慧一连干掉了4只。

饭后,小慧往沙发上一躺开始玩手机,突然感觉上腹部隐隐

作痛。她以为只是吃多了,可没想到半个多小时过去了,疼痛不但没有消失,反而越来越厉害,疼得额头也冒出了冷汗。家人见状赶紧扶着她到杭州市中医院急诊。

## 2 进食过量,导致重症急性胰腺炎发作

“检查发现血清淀粉酶明显升高以及CT影像上胰腺水肿的结果,明确诊断为急性胰腺炎。”医生马上对小慧进行了全面检查,根据各项检查结果以及她胆囊结石的既往史,考虑正是因进食大量螃蟹后,导致胆源性胰腺炎并引起急性胰腺炎,需要马上安排住院。

在进行一系列抗感染、止痛、抑酶等治疗,待小慧病情稳定后,普外科主任医师黄海为其进行了胆囊切除手术。

“对于有基础疾病的人来说,比如胆石症、肥胖、血脂异常、糖尿病等,不建议进食过量。小慧正是这次吃了大量的蟹黄、蟹膏,如同一根导火索,导致重症急性胰

腺炎发作。黄海表示,小慧得的胆源性胰腺炎是中国急性胰腺炎的主要类型,其中胆道结石是最常见的原因。这种类型的胰腺炎通常起病急、变化快,合并多脏器功能衰竭的重症患者病死率高达20%—30%。小慧提前发现了胆囊结石却没有引起足够的重视,没有管住嘴。

## 3 命悬“胰腺”,感染整个肚子

胰腺炎分为急性和慢性两种。发生重症急性胰腺炎除了胰腺本身遭殃之外,胰液会从破坏的胰腺中流出,感染周围的其他器官组织引起并发症及坏死。坏死的器官又会成为新的细菌培养基,继续感染健康的器官,最终造成整个腹腔脓肿、大出血等,危及生命。

量较高,对于一般人群来说,一餐食用最好不要超过两只。

医生表示,人体分泌的胰液含有用于消化蛋白质和脂肪的酶,过量进食易导致胰液大量分泌,若因胰管引流不畅,造成消化酶排泄出现障碍,就会导致重症急性胰腺炎。

哪几类人要少吃螃蟹

孕妇 虽然“孕妇吃螃蟹会导致流产”的说法无科学依据,但是食用螃蟹也需适量,更别吃“生腌”蟹,避免感染寄生虫,危害孕妇和胎儿健康。

患有消化系统疾病、心血管疾病、肝肾疾病的人 螃蟹中富含蛋白质与胆固醇,大量食用后不易消化,且易加重病情。

患有痛风的人 螃蟹的嘌呤含量较高,过多食用可能会导致尿酸水平升高,从而加重痛风。

发热、感冒、腹泻的人 过量食用易对胃造成刺激,可引起腹痛、腹泻、恶心、呕吐等消化道症状,不利于病情恢复。

婴幼儿及老年人 消化系统的吸收能力较差,不宜多食螃蟹。

据都市快报

急性胰腺炎常见症状包括:

腹痛 突然发作的持续性上腹部疼痛,常向背部放射,有时身体蜷缩以减轻疼痛。

恶心、呕吐及腹胀 多在起病后出现,可频繁发作,且呕吐后腹痛腹胀不缓解。

发热 多有中度以上发热,持续3天—5天。若胰腺坏死可能出现高热。

重症急性胰腺炎除了以上症状之外还会出现皮肤发黄、高热、腹胀以及肠麻痹,血压下降、脉搏变浅、呼吸困难、意识不清及休克;皮下出血,腰部、上腹部和下腹部皮肤出现大片紫色瘀斑。

螃蟹是一种含蛋白质丰富的食物,其中蟹黄的胆固醇含

# 让“干涩之眼”变“明亮之窗”

——记沧州爱尔眼科医院眼表泪道科主任胡晓娟

刘猛 陈珊



发病有丰富的临床经验。2012年5月至2023年5月,胡晓娟先后前往北京同仁医院、上海交通大学医学院附属第九人民医院、北京爱尔眼科医院进修学习,接受专业眼表眼整形培训及全眼病学习。

## 干眼病是“时代病”

随着人们生活方式和工作方式的变化,各类电子设备的使用频率增加、长时间伏案或近距离作业的人群越来越多。长此以往就会出现眼睛干涩、视物疲劳等症状,也就是我们说的“干眼症”。那么,干眼症到底是一种什么疾病呢?我们又该如何避免干眼症保护眼睛健康呢?

胡晓娟称,干眼症,又名角膜干燥症。它是因眼睛的泪液量减少、或质量发生改变,使眼睛不能得到足够湿润和润滑而出现的一系列不适症状。其主要症状表现为干涩、疲劳、痛痒、粘稠物、刺痛、异物感、视力模糊、迎风流泪等。值得注意的是:干眼症并不都是只表现为眼睛干涩,它是一种慢性眼病。

如偶尔出现眼干症状,可能是用眼过度或不科学用眼引起的短暂眼干。症状轻微的时候很容易被忽略,如果不及时治疗,长期积累就会影响正常生活

和工作。总的来说干眼症的致病原因十分复杂,严谨的综合检查和系统的个性化治疗才是解决问题的关键。

## 干眼病成为生活中的一大困扰

王女士是一位热爱生活的女孩,她的眼睛曾经是她最引以为傲的“窗户”。然而,随着工作压力的增大,长时间面对电脑屏幕,她的眼睛开始变得干涩、疲劳,甚至出现了刺痛感。

王女士尝试了各种方法,从滴眼液到眼罩,效果都微乎其微。但她并没有放弃,一次偶然的机会,她来到沧州爱尔眼科医院找到了胡晓娟,诉说着自己的烦恼及困扰。

胡晓娟给她制定了一套治疗方案,并告诉王女士如何在家用药物配合物理治疗:热敷、按摩、调整生活习惯。经过一段时间的努力,王女士的眼睛干涩感逐渐消失。她重新找回了对生活的热爱和期待,那双曾经干涩的眼睛,如今已成为她最闪亮的“明亮之窗”。

“王女士的故事,其实是无数干眼症患者的缩影。”胡晓娟说。干眼症,这个看似不起眼的眼部疾病,却悄然成为现代人

生活中的一大困扰,它与我们的日常生活习惯、环境因素、甚至是心理压力息息相关。

## 乱用眼药水,眼睛很受伤

“我平时工作需要长时间用电脑,总是感觉眼睛非常干涩,在电脑旁常备一瓶缓解视疲劳的眼药水,眼睛干了就点两滴,可是感觉眼药水越来越没效果,眼睛反而越来越难受。”一位患者来到眼科医院向胡晓娟咨询。

胡晓娟解释说:“这种现象非常普遍,在数字化的今天,我们的生活也趋向于电子化、信息化。无论是年轻人还是老年人,每天都可能长时间面对着电脑、手机等电子屏幕。正常情况下,泪液中不仅有‘水’,还有睑板腺分泌的‘润滑油’,这层‘油’除了减小每次眨眼时眼皮和眼球的摩擦外,还能维持眼球表面泪液的稳定。”

当睑板腺功能障碍时会引起脂质分泌不足,“锁水”功能下降从而形成干眼。部分眼药水可能含有处方药的成分,如使用不当非但不能治好干眼症,还可能引发其他眼部问题,需要根据病情遵医嘱。针对这种情况可以配合家庭护理治

疗,做眨眼操训练,每天抽出5分钟跟着练习,会有效缓解眼睛不舒服的症状。

胡晓娟介绍,她曾经遇到一名60岁的男性患者,辗转多家医院治疗,使用了多种滴眼液治疗依然效果不佳。

在朋友介绍下,他来到爱尔眼科医院,检查诊断为药物性角膜炎。随后,医生让他停掉所有的眼药水,只是低频率的使用没有防腐剂的人工泪液。

起初这名患者不相信停药后就能恢复正常视力,依然继续使用。后来,慢慢减量后,发现果然有好转。经过大半年时间的持续跟进治疗,这名患者终于治愈了眼睛问题。

胡晓娟日常面对患者总是面带微笑,语气温柔,她对待每一位患者都如同久违的朋友,耐心倾听患者的每句话,仔细询问病史,细致的眼部检查,病症细心解答,做好每个细节。那份平易近人与和蔼可亲,让患者感受到温暖与希望。

沧州爱尔眼科医院以其专业的医疗团队、先进的医疗设备、全面的眼科服务、个性化的治疗方案、温馨的就医环境、创新的医疗服务模式赢得广大患者的信赖和好评。未来,沧州爱尔眼科医院将继续践行使命,为更多患者带来希望和光明。